PROLETARI DIN TOATE ȚĂRILE, UNIȚI-VĂ!

SPORTUL popular

ORGAN AL UNIUNII DE CULTURĂ FIZICĂ ȘI SPORT DIN REPUBLICA SOCIALISTĂ ROMÂNIA

Anul XXII – Nr. 4869 ★ Vineri 14 ianuarie 1966 ★ 4 pagini 25 bani

Îmbunătățirea procesului de instruire — o preocupare zilnică

În centrul atenției: metode noi de pregătire

După ce într-un material precedent ne-am ocupat de un prim aspect al procesului de instruire — punctualitatea și prezența sportivilor la antrenamentele cîtorva secții fruntașe din Brașov, —, continuăm astăzi cu un al doilea aspect, deosebit de important și anume promovarea metodelor noi, grație cărora antrenorii noștri se străduiesc să contribuie cît mai mult la ridicarea gradului de pregătire a sportivilor și a nivelului performanțelor lor.

Mulți sînt cei care caută să introducă metode noi, cît mai eficiente în munca de antrenament și roadele nu întîrzie să apară. În rîndurile de față dăm cuvîntul unui antrenor de natație, care ne împărtășește din experiența sa în această direcție.

UN EXPERIMENT CU REZULTATE IMEDIATE

La începutul lunii octombrie a anului 1964 am început activitatea de instruire la bazinul acoperit, avînd un efectiv de 30 de copii selecționați în perioada 1 august—15 septembrie. În activitatea de selecționare a acestor copii (media vîrstei — 9 ani) am ținut seama, în primul rînd, nu de corectitudinea execuției mișcărilor, ci de dezvoltarea fizică, de bagajul deprinderilor motrice pe care le aveau, de capacitatea de a rezista efortului impus de activitatea sportivă de performanță.

În munca de învățare a procedeelor de înot am folosit o metodă nouă pentru natația noastră, care a constat din însușirea concomitentă a celor patru procedee de înot în numai 10 săptămîni, respectiv în 30 de lecții efectuate conform cerințelor de concurs, adică în condițiile înotului în viteză. Precizez că de obicei perioada de învățare și perfecționare durează 2—3 ani și de-abia după aceea copiii încep antrenamentele propriu-zise. Noul în metoda folosită de mine a constat în gruparea elementelor componente ale celor patru procedee după caracteristica biomecanică a mișcărilor în apă, nu după criteriul tehnic. Caracteristic este regimul de lucru în care a fost aplicată această metodă și care a avut drept scop dobîndirea tehnicii celor

prof. CRISTIAN VLADUȚA
antrenor la Dinamo București

(Continuare în pag. a 2-a)

Azi, la Predeal,

Cursa de 20 km din triunghiularul de biatlon România–R. D. Germană–Suedia

PREDEAL 13 (**prin telefon de la trimisul nostru**). Participanții la întîlnirea internațională de biatlon dintre reprezentativele României, R. D. Germane și Suediei, sosiți miercuri seară în localitate, au și efectuat în cursul dimineții zilei de joi un antrenament de acomodare cu pîrtia și poligonul. Condițiile nu au fost însă prea favorabile. Lapovița (de fapt, aproape ploaie) a îngreuiat mult zăpada, iar vîntul, deși nu prea puternic, a stînjenit și el desfășurarea antrenamentului. Chiar și în aceste condiții, schiorii din R.D.G. și Suedia au putut aprecia însă calitatea pîrtiei (ne referim la variația de traseu și la gradul de dificultate) și a poligonului din Valea Polistoacă.

Oaspeții au venit în țara noastră cu cele mai bune echipe care, ca și cea a țării noastre, se pregătesc pentru campionatul mondial de la Garmisch - Partenkirchen. Din selecționata R. D. Germane nu lipsește, de pildă, binecunoscutul **Egon Schnabel**, cîștigătorul primei manșe a triunghiularului, desfășurată la Altenberg. În vîrstă de 28 de ani, el este cel mai experimentat biatlonist din formația R.D. Germane, urmat de **Günther** (24 de ani) și un alt concurent cunoscut, **Koschka** (22 ani). Lotul este completat de tinerii **Hofman** (21 ani) și **Schöttmann** (19 ani).

O bună impresie au lăsat-o la antrenamentul de azi (n.r. ieri) și schiorii suedezi **Eriksson, Olsson, Johansson, Johan Petrusson** și **Olle Petrusson.**

Cît privește echipa română, componența ei nu a fost încă definitivată, deoarece **Constantin Carabela**, care a fost accidentat în timpul concursului de la Altenberg, nu este complet refăcut. Ceilalți membri ai lotului nostru sînt **Gh. Vilmoș, N. Bărbășescu, Gh. Cimpoia** și **Gh. Bădescu.**

Prima probă a concursului — cursa individuală de 20 km — se desfășoară vineri la ora 10, urmînd ca duminică la ora 10,30 să se dispute ștafeta 4x7,5 km.

G. RUSSU-ȘIRIANU

ACTUALITĂȚI

CONCURS DE ATLETISM ÎN CAPITALĂ

Comisia de atletism a orașului București organizează, sîmbătă (de la ora 16,30) și duminică (de la ora 8,30), un concurs rezervat atleților juniori mici și mari și copiilor. Sîmbătă vor avea loc și probele de seniori—prăjină și triplul. Concursul este programat în sala Floreasca II.

ARBITRII — LA START!

Colegiul arbitrilor de fotbal din orașul București anunță pe toți arbitrii de categorie republicană din Capitală că antrenamentele de pregătire fizică vor începe duminică 16 ianuarie, ora 8 dimineața, în sala Constructorul (fostă Recolta) din șoseaua Iancului nr. 130 (Tramvai 13, 14, troleibuz 84, 85, 89).

Arbitrii își vor aduce echipament de sport.

CURS DE ÎNOT PENTRU CEI MAI MICI ELEVI...

Din inițiativa conducerii Școlii sportive de elevi nr. 2 din Capitală, catedra de natație (antrenor **Al. Satmari**) a organizat un curs de înot pentru elevii din clasele I ale școlilor generale de 8 ani. Cursul, care se desfășoară la bazinul acoperit amenajat în incinta școlii generale nr. 51 din raionul 23 August, se bucură de o largă participare. Printre cei prezenți la lecțiile de descifrare a „abc"-ului natației se află elevi de la școlile generale nr. 46, 51, 52 și 64.

PREGĂTIRILE ECHIPEI DE TINERET

În vederea turneului din Italia, unde va pleca peste cîteva zile, echipa națională de tineret se pregătește sub îndrumarea antrenorilor Bazil Marian și prof. Angelo Niculescu. Ieri, membrii lotului au luat parte la un antrenament cu prilejul căruia s-au făcut și exerciții tehnico-tactice. Duminică, echipa de tineret va întîlni în Capitală formația brașoveană Steagul roșu care se pregătește și ea pentru meciurile cu Espanol Barcelona.

În lotul echipei de tineret sînt următorii 17 jucători: **Constantinescu, Niculescu, Sătmăreanu, Boc, Grăideanu, Mocanu, Stoenescu, Deleanu, Ștefănescu, Dobrin, Matei, Frățilă, Libardi, Cuperman, Naghi, Stoicescu, Moldoveanu.**

ÎNTRECERI DE VOLEI ȘI DE GIMNASTICĂ

Au luat sfîrșit întrecerile de volei și de gimnastică organizate de consiliul orășenesc UCFS Buzău. Întrecerile de volei — la băieți — au fost dominate de echipele **Chimia** și **S.S.E.**, care și-au disputat întîietatea în cadrul unei finale (scor: 3—1 în favoarea primei echipe), iar la fete a cîștigat formația S.S.E.

La concursul de gimnastică o comportare frumoasă au avut echipele S.S.E., Liceul nr. 1 și Școala generală de 8 ani.

MARIN DUMITRU-coresp.



Rapidul în ofensivă. După atacul pe care l-a finalizat Nicolau, mingea respinsă de blocajul dinamoviștilor este așteptată în terenul feroviarilor de Drăgan, Costinescu și Grigorovici, atenți la dublaj

Foto: Șt. Ciotloș

Interviul nostru

VOLEIBALIȘTII RAPIDULUI: „ȘAH" LA NOUA „CUPĂ A CAMPIONILOR EUROPENI"!

Prima — în ordine cronologică — dintre marile competiții voleibalistice internaționale ale anului, „Cupa campionilor europeni", reține din ce în ce mai mult atenția. Aceasta, desigur, pe măsură ce se apropie ziua de 22 ianuarie, data de începere a optimilor de finală, cel dintîi tur al întrecerii. Dar, treapta maximă a interesului — unanim în rîndurile iubitorilor de volei — e normal s-o atingă, înaintea tuturor, cei interesați direct, sportivii echipelor înscrise în ediția actuală. Iar primii între aceștia, bineînțeles, cei de la RAPID BUCUREȘTI, liderii „C.C.E.".

Și chiar așa este, după cum ne-a confirmat antrenorul rapidiștilor, maestrul sportului, dr. JEAN PONOVA.

— *Cum ar putea fi altfel? Doar avem de apărat un prestigiu care nu-i numai al echipei și-al clubului sportiv Rapid, ci și al voleiului românesc!... Intrăm în luptă mai tîrziu, în sferturile de finală, care se vor desfășura între 5 și 19 martie.*

— Pînă atunci?

— *Paralel cu pregătirea din cadrul antrenamentelor; ne documentăm temeinic asupra celor petrecute în meciurile care trebuie să ne desemneze viitorii adversari și asupra jocului prestat de eventualii noștri oponenți. Învingătoarea dintre Mladost Zagreb și Galatasaray Istanbul va fi adversara noastră în optimi. Invingînd,...*

— Vă îndoiți?

— *N-avem voie să ne desconsiderăm adversarii! N-am făcut-o niciodată... Deci, învingînd, ne vom întîlni, pentru a intra în semifinale, după toate probabilitățile, cu Ț.S.K.A. Moscova, din al cărei lot nu lipsesc campionii olimpici Cesnokov, Mondzolewski, Kovalenko, Burobin, Voskoboinikov, Sibiriakov și nici nu mai puțin reputații Iakovlev, Kligher, Adamov și Ghe-*

Interviu luat de
CONSTANTIN FAUR

(Continuare în pag. a 2-a)

TENTATIVE...

Cred că am socotit bine. Într-adevăr, „fișa tehnică" îmi confirmă că atunci cînd Moina alerga, la Predeal, acel invulnerabil 10,4, tînărul căruia i-am solicitat acum un interviu de sezon se pregătea pentru primul său drum la... grădiniță.

Îi amintesc lui Gheorghe Zamfirescu că de-atunci au trecut aproape douăzeci de ani și că recordul lui „Moci" — e drept... clătinat de 3 ori — n-a fost încă întrecut.

— În '64, după cum știți, am fost aproape. Pentru mine, 10,3 înseamnă marea tentativă. N-am renunțat și cred că în acest an voi smulge cronometrului acea prețioasă zecime de secundă.

Cu toată inflexibilitatea ei, matematica prilejuiește adesea raportări strict individuale, aparent mult deviate din albia statornică de veacuri a legilor și teoremelor. Așa că nu ne surprinde completarea...

— O zecime de secundă înseamnă, de fapt, un metru, un singur pas. Dacă-l voi face, cîștig... 60—70 de locuri în clasamentul celor mai bune performanțe mondiale.

— Așadar, recordul lui Moina — egalat de trei ori la majorat— ar putea fi corectat în cel de al 20-lea an de existență?

— Am să încerc. Cu mai multă convingere și ambiție ca oricînd.

— E singurul obiectiv al anului?

— Nu. Visez acest 10,3 pentru că ar fi cel mai bun rezultat al probei din întreaga istorie a atletismului nostru. La Mexico cred însă că va fi nevoie de 10,2 pentru... semifinale. Așa că, voi încerca afirmarea și în alte probe.

— La 200 m?

— Da. Și aici, tot de o zecime de secundă e vorba. Recordul lui Jurcă — 20,9 în 1965 — poate fi îmbunătățit. De altfel, pentru „europenele" de la Budapesta mă pregătesc să concurez la 200 m și sper ca pînă atunci, atunci, sau după aceea, să cobor sub 21,0. Știu însă că și așa voi fi tot la începutul drumului spre... Ciudad de Mexico.

— Poate că la 400 m?

— Sînt, într-adevăr, cu gîndul la această probă. Este, cred, marea șansă. Primele obstacole — performanțele realizate de Wiesenmayer, Sudrigean și Savel.

Îmi amintesc că așa a cunoscut consacrarea și polonezul Andrjez Badenski. Cea mai bună performanță la 100 m: 10,4. Un rezultat cu care însă abia intri în primii... o sută de sprinteri din lume. Și atunci s-a aliniat la startul probelor de 400. În 1964, la Tokio, Andrjez Badenski a cîștigat medalia de bronz și titlul de cel mai bun alergător de 400 m din Europa.

— Oricum, am să fug de... mediocritate, îmi mărturisește Zamfirescu. Voi face, pentru aceasta, totul!

— Alte „tentative"?

— Examenul de maturitate și admiterea la Institutul de Cultură Fizică.

Îl redau pe Zamfirescu colegilor cu care continuă aprinsele discuții despre chimizarea metanului și poezia bacoviană. Concursul de la Floreasca s-a terminat. Afară, zăpada prăfuiește șoseaua. Mai este destulă vreme pînă la reîntîlnirea cu pista de zgură a stadionului. Dar, cred că este bine că, de pe acum, Zamfirescu se gîndește la recordul lui Moina și la cele ale lui Jurcă, Sudrigean etc. Și, poate la finala de la Ciudad de Mexico...

D. GÎRLEȘTEANU



Handbalistele Rapidului pe locul 3 în turneul de la Frankfurt pe Oder

Miercuri seară s-a înapoiat din R. D. Germană echipa feminină de handbal a clubului Rapid București, care a participat la turneul internațional de la Frankfurt pe Oder, turneu cîștigat de formația daneză H. G. Hälsingör. Rapid s-a clasat pe locul 3, învingînd pe Lokomotiv Rangsdorf cu 7—5. În serie, Rapid a dispus pe rînd de Halloren Halle cu 7—5 și de Jednota Trencin cu 8—2, dar a pierdut cu 10—7 în fața echipei S. C. Leipzig.